監修◉島本耕司

撮影◉KANJI

ヌード◉
バラエティ編4
Cute

スーパー・ポーズブック

Super PoseBook

COSMIC
ART
GRAPHIC

監修◉島本耕司

撮影◉KANJI

Super PoseBook

スーパー・ポーズブック

ヌード◉
バラエティ編4
Cute

Super PoseBook

はじめに……4

体のバランスとプロポーション……5

立ちポーズ……6

元気いっぱいポーズ……20

ジャンプ……34

荷物を抱える……38

イス……50

ソファー・クッション……64

Super Pose Book23 : Vriety 4th Edition“Cute”

Contents

スイーツを食べる……78

シャボン玉……81

コスチューム

ロリータ…84　水玉ソックス…92
帽子とマフラー…98　制服…106　体操服…120
Tシャツ…128　下着…129

窓辺・カーテン……134

ベッド……140

Model : SAKURA, Mana
Director : SHIMAMOTO, Kouji
Co-Director & Editor : URATA, Yoshihiro
Photographer : Kanji
Hair & Make-up : YONEYAMA, Kouji
Stylist : YAMAGUCHI, Hikaru
Designed by Takahashi Design Room

はじめに

今回この「バラエティ編4」に登場いただいた紗倉まなさんは、以前「バラエティ編2」にもご出演いただいています。

その時のメインは「ミリタリー」。迷彩服に身を包んでいただき、元自衛官の熱血指導の下、慣れないポーズに奮闘していただきましたが、今回の撮影前に、「前回はとても緊張して、顔が引きつってしまいました」というカミングアウト。

それはそうでしょう、初めてのポーズ集という独特の撮影、しかも今までさわったこともないモデルガンやらなんやらを持たされた上に、「そうじゃなくて!」などといった声がバンバン掛かるわけですから、緊張しても不思議ではありません（その後の色々なコスチュームを着てのポーズでは、緊張が解けていい表情が出ています）。

しかし今回は朝イチから笑顔満開。ノリノリでの撮影となりました。それというのも、前回の「バラエティ編3」で、モデルの横山さんのイメージ（Cool）に合わせたポーズ作りをしたように、今回も紗倉さんのイメージに合わせた“Cute”をテーマにしましたので、紗倉さんは“素”の自分を全面に出すだけでよかったからです。

そのテーマの中、シチュエーションも色々用意しつつ、「立ちポーズ」「すわりポーズ」「膝立ち」「寝ポーズ」「イス」と、偏りのないよう豊富に使えるポーズを作り、構成しました。カラフルで楽しい仕上がりになったと思います。

本書があなたの表現力を高めるための一助になることを、切に願います。

島本耕司

Super PoseBook

体のバランスとプロポーション

レオナルド･ダ･ヴィンチの有名な図です。
中指の先と頭頂部が同じ高さになるように腕を上げると、
体の中心が円の中心と重なり、指先と爪先が円周上に乗ります。
両腕を左右に伸ばした長さは身長とほぼ同じ、
また肘から手首までの長さは、足の長さとほぼ同じです。

モデル

紗倉まな

SAKURA, Mana

HT160　B89(F65)　W58
H89　F23cm

Super Pose Book

立ちポーズ

Super Pose Book

元気いっぱいポーズ

Super Pose Book

ジャンプ

Super Pose Book

荷物を抱える

Super Pose Book

イス

Super Pose Book

ソファー・クッション

Super Pose Book

スイーツを食べる

Super Pose Book

シャボン玉

Super Pose Book

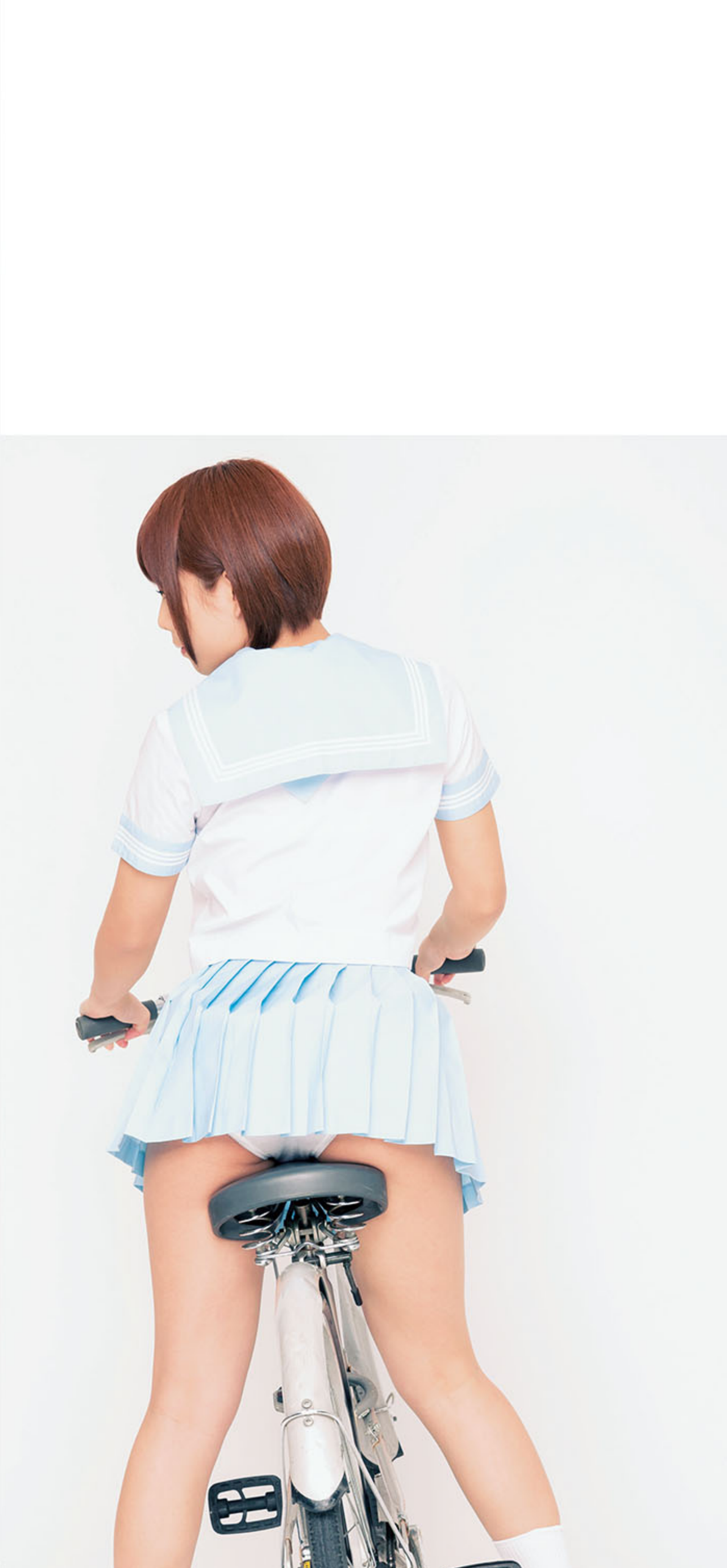
コスチューム

ロリータ

水玉ソックス

帽子とマフラー

制服



体操服

Ｔシャツ

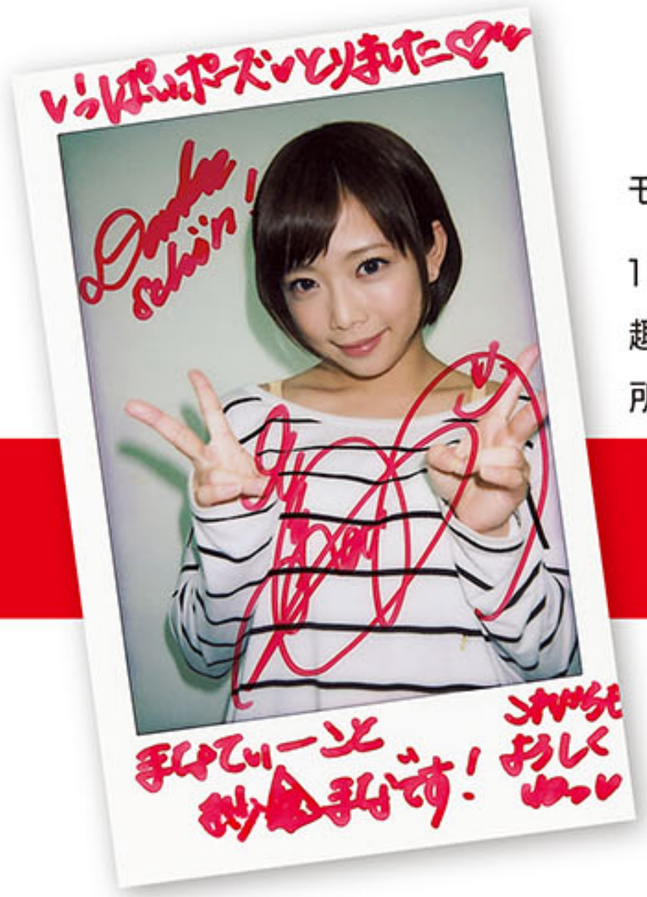
下着

Super Pose Book

窓辺・カーテン

Super Pose Book

ベッド



モデル●紗倉まな（さくらまな）

1993年生まれ

趣味＝工場・機械ウォッチング

所属＝Mline'S

監修●島本耕司

モデル●紗倉まな

企画・編集●浦田善浩（コスミック出版）

撮影●KANJI

撮影助手●鈴木惇一郎

ヘア&メイク●米山光司

画像補正●高木直之

デザイン●タカハシデザイン室

制作協力●Mline'S　今井事務所

Super Pose Book

COSMIC ART GRAPHIC

スーパー・ポーズブック ヌード・バラエティ編4 Cute

監修●島本耕司

発行人●杉原葉子

発行所●株式会社コスミック出版

〒154-0002　東京都世田谷区下馬6-15-4

代表 Tel 03-5432-7081　営業部 Tel 03-5432-7084　Fax 03-5432-7088

編集部 Tel 03-5432-7086　Fax 03-5432-7090　振替 00110-8-611382

http://www.cosmicpub.com/

ISBN 978-4-7747-9125-8 C2071　©2015 KOUJI SHIMAMOTO, COSMIC PUBLISHING CO., LTD.

本書の内容を、無断で転載・複製することは、著作権法上禁じられています。

本書所載のポーズを参考にして絵を描き、商業誌・同人誌またはウェブサイト・ブログ・ソーシャルネットワークなど、
不特定多数の人が見るものに発表・公開したい場合、人物が特定できないように顔をアレンジしていただければ基本的に許可していますが、
事前に弊社編集部までご連絡ください。紙媒体に掲載する場合は、掲載誌を1部お送りください。
また、参考資料：『ヌード・バラエティ編4 Cute』（コスミック出版刊）というクレジットを入れていただけますよう、
お願いいたします（入れる場所については、お電話等でご相談ください）。

Super
Pose
Book